

الفصل الخامس

٥ - الاستنتاجات والتوصيات

٥ - الإستنتاجات والتوصيات:

فى ضوء نتائج البحث يمكن استنتاج مايلى :-

١/٥ - إمكانية إصلاح الأداء المهارى الحركى بعد وصول الناشئ إلى الأوتوماتيكية فى أداء المهارة ، وهذا ما يتعارض مع المفاهيم السائدة فى الوقت الحالى .

ومن هنا يوصى الباحث بإستخدام خطوات الاستراتيجية المقترحة لإصلاح الأخطاء الفنية الثابتة لدى اللاعبين ، كما يوصى بضرورة اجراء المزيد من الدراسات العلمية فى هذا المجال على مختلف المراحل السنية بهدف التعميم والشمول .

٢/٥ - إمكانية الإقلال من عدد مرات تكرار أداء المهارة (عند إصلاح الأخطاء) من خلال تركيز إنتباه اللاعب أثناء محاولات الأداء ، وهذا ما يؤكد على مدى صحة آراء العلماء الذين يؤيدون فكرة عمق معالجة المعلومات ومدى أهميتها فى قوة الإحتفاظ بالمهارات المتعلمة .

ومن هنا يوصى الباحث بالاهتمام بتركيز انتباه اللاعب لأدائه المهارى عند إصلاح الأخطاء بدرجة أكبر من الاهتمام بكثرة عدد مرات التكرار .

٣/٥ - من المؤشرات الهامة التى تؤكد على الانتهاء من تعلم مهارة ما هو الأوتوماتيكية فى الأداء ، وبناءً عليه فإن تكرار الأداء بعد وصول المتعلم إلى الأتوماتيكية فى الأداء يكون بهدف زيادة قدرة اللاعب على أداء المهارة تحت مختلف الظروف ، وهو ما يمكن أن نطلق عليه بالخبرة .

ومن هنا يوصى الباحث بأهمية تحديد المفاهيم الخاصة بكل مصطلح تحديداً دقيقاً ، حيث يتضح من هنا الفارق ما بين التعلم والخبرة واستقلالية كلا منها عن الآخر .

٤/٥ - قبل إصلاح أخطاء الأداء المهارى الحركى ، يجب أن يقوم المدرب بتحديد نوع الخطأ بصورة دقيقة ، وذلك من حيث كونه خطأ ناتج عن عوامل داخلية (مرتبطة باللاعب نفسه) أو عوامل خارجية (مرتبطة بالمنافس أو البيئة) ، وفى حالة إرتباطه بالعوامل الداخلية فيفضل تحديد الخطأ وفقاً للتسلسل التالى:

- عندما يكون تنفيذ الإستجابة الحركية غير ملائم للموقف أو البيئة المحيطة باللاعب ، فهناك خطأ فى الإدراك .
- وفى حالة كون الاستجابة ملائمة للموقف ولكنها نفذت فى توقيت غير مناسب أو قوة زائدة ، فهناك خطأ فى إتخاذ القرار .
- أن لم يكن الخطأ فى أحد النوعين السابقين ، فهناك خطأ فى تنفيذ الإستجابة ، والخطأ هنا إما أن يكون فى الأداء (التكنيك) أو فى ناتج الأداء (عدم تحقيق الهدف) ، والخطأ فى الأداء إما أن يكون فى إحدى المعالم الثابتة أو فى إحدى البرامج الفرعية المكونة للبرنامج الحركى للمهارة ، والبرامج الفرعية قد تكون حركات أساسية أو حركات خاصة .

ومن هنا يوصى الباحث عند إصلاح الأخطاء الفنية (التكنيك) فى الأداء المهارى الرياضى بضرورة تحديد مكان الخطأ تحديداً دقيقاً من حيث كونه فى المعالم الثابتة أم فى البرامج الفرعية ، وذلك قبل البدء فى إصلاح الخطأ ، وهذا يتطلب الإلمام بمفهوم المعالم الثابتة والبرامج الفرعية وكيفية تحديدها فى المهارات الرياضية المختلفة بصورة جيدة .

٥/٥ - على الرغم من أن النماذج المختلفة لمعالجة المعلومات مازالت مجرد تصورات لما يعتقد العلماء أنه يحدث داخل النظام العصبى المركزى للإنسان ، إلا أن دراسة هذه النماذج تساعد بدرجة كبيرة فى تفسير العديد من مشاكل الأداء المهارى الحركى ، بالإضافة إلى امكانية الإستفادة منها فى تحديد ماهية العديد من المصطلحات المستخدمة فى المجال الرياضى بصورة أكثر وضوحاً والتي يثار حولها الكثير من الجدل والآراء المختلفة .

ومن هنا يوصى الباحث بضرورة الربط والتكامل بين فروع العلوم المختلفة والمهتمة بدراسة الإنسان وذلك للإشتراك فى أبحاث علمية تهدف

إلى وضع تصوّر علمي متكامل لما يحدث من معالجة للمعلومات المختلفة التي يتفاعل معها الإنسان في البيئة المحيطة به .

٦/٥ - إنه على الرغم من أن التعلم عملية فرضية لا يمكن ملاحظتها إلا إننا يمكن أن نحدد إلى درجة ما بداية ونهاية عملية التعلم ، فالتعلم بصفة عامة عملية غير منتهية تستمر مع الإنسان من المهد إلى اللحد ، إلا إن تعلم مفردة واحدة (كمهارة رياضية) فهي عملية تنتهي بتكوين البرنامج الحركي لهذه المهارة ووصول المتعلم إلى الأوتوماتيكية في الأداء .

وبناءً على ذلك يوصي الباحث بضرورة تطوير الدراسات والبحوث العلمية والخاصة بالتعلم الحركي من خلال استخدام المعلومات الحديثة والأجهزة التكنولوجية المتقدمة ، وذلك بهدف محاولة الوصول إلى امكانية تحديد بداية ونهاية كل مرحلة من مراحل التعلم وإيجاد وسائل قياسها .

٦ - المراج

١/٦ - المراجع العربية

- ١- أحمد رشيد : نظرية الإدارة العامة ، السياسة العامة والجهاز الإداري ، الطبعة الرابعة ، دار المعارف ، ١٩٧٦.
- ٢- أحمد زكى صالح : علم النفس التربوى ، الطبعة الرابعة عشر ، النهضة المصرية ١٩٩٢.
- ٣- أحمد عكاشة : علم النفس الفسيولوجى ، دار المعارف ، ١٩٨٠.
- ٤- أمين الخولى ، أسامة كامل راتب : التربية الحركية للطفل ، الطبعة الثانية ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٢ .
- ٥- بسطويسى أحمد : أسس ونظريات الحركة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٦.
- ٦- جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاتى : معجم علم النفس والطب النفسى ، الجزء الخامس ، دار النهضة العربية ، ١٩٩٢
- ٧- حسام الدين غريب: العلاج السلوكى الحديث - تعديل السلوك الطبعة الأولى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨١.
- ٨- حسن سيد معوض: طرق التدريس فى التربية الرياضية ، مطبعة الجهاز المركزى للكتب ، ١٩٦٣.
- ٩- حسن محمد خير الدين ، و لىلى شحاته ، و زهير ثابت : العلوم السلوكية ، مكتبة عين شمس ، ١٩٨٩ .
- ١٠- رمزية الغريب : التعلم ، مكتبة الأنجلو المصرية ، الطبعة السادسة ، ١٩٨٦ .
- ١١- سيد عبد المقصود: نظريات الحركة ، مطبعة الشباب الحر ، ١٩٨٦.
- ١٢- سيد عبد المقصود: توجيه وتعديل المسار ، بدون دار نشر ، ١٩٩٥.
- ١٣- طلحة حسين حسام الدين : الميكانيكا الحيوية الأسس النظرية والتطبيقية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٣ .

- ١٤- طلحة حسين حسام الدين : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٤ .
- ١٥- عبد الرحمن بدوي: مناهج البحث العلمي ، الطبعة الثالثة ، وكالة المطبوعات - الكويت ، ١٩٧٧ ، ص:٨٢ .
- ١٦- عبد الغنى عثمان : التعلم الحركى والتدريب ، الطبعة الأولى ، دار القلم للنشر والتوزيع ، ١٩٨٧ .
- ١٧- عفاف عبد الكريم : التدريس للتعلم فى التربية البدنية والرياضة ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، الطبعة الأولى، ١٩٩٠
- ١٨- فتحى الزيات : الأسس المعرفية للتكوين العقلى وتجهيز المعلومات ، الطبعة الأولى، توزيع الوفاء للطباعة والنشر بالمنصورة ، ١٩٩٥ .
- ١٩- مصطفى فهمى : سيكولوجية التعلم ، الطبعة الأولى ، مكتبة مصر، ب.ت .
- ٢٠- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، الطبعة السادسة ، دار المعارف ، ١٩٨٧ .
- ٢١- هدى الناشف : استراتيجيات التعلم والتعليم فى الطفولة المبكرة ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٣ .
- ٢٢- يوسف عز الدين محمود يوسف : تأثير الممارسة على تحديد الإستجابة فى الأداء الحركى تحت متغيرات مختارة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٧ .

٢/٦ - المراجع الأجنبية

- 23- *Abernetly, B. and kippers, V.* : The Biophysical foundation of human movement , Human kinetics, 1996.
- 24- *Anderson, J. R.* : Learning and Memory , John Wiley and Sons , Inc., 1995.

- 25- *Anshel , M. H. : Dictionary of the sport and Exercis Sciences , Human kinetics , 1991.*
- 26- *Auxter, D. , pyle , J. and Huetting , C. : Principles and methods of adapted physical education and recreation , Eighth edition , Mosby ,1997.*
- 27- *Barrow, H. M. : Man and movement , principles of physical education , third edition , 1983.*
- 28- *Bompa, T. O. : Periodization , theory and methodology of training , 4th edition , human kinetics ,1999.*
- 29- *Bouffard, M. and John, G. H. : children's self-regulated learning of movement sequences, research Quarterly for Exercise and Sportl , Vol. 64 , No.4, pp. 393-403 1993.*
- 30- *Bucher , Ch. A. and Koeing , C. R. : Methods and materials for secondary school physical education , 5 ed , the C.V. Mosby company 1978*
- 31- *Bugher , C. A. and Wuest , D. A. : Foundations of physical education and sport , 11th edition , Mosby-year look , Inc., 1999.*
- 32- *Clement , A. and Hartman , B. G. : The teaching of physical skills , Brown and Benchmark , Inc., 1994.*
- 33- *Cooper, l. k. and Rothstein A. L. : Videotape replay and the learning of skills in open and closed enviroments , Research Quarterly for Exercise and sport , Vol.52 , No.2 , pp. 191-199 , 1981.*

- 34- *Davis, B.* : Physical education and the study of sport, Mosby, Inc. 1997.
- 35- *Elmer, H. G.* : The effect of manipulating two types of feedback knowledge on learning a complex motor skill, Dissertation abstract Int., Vol. 31,4,1970
- 36- *Fishburne, G. J. and Kirchner, G.* : Physical education for elementary school children, ninth edition, 1995
- 37- *Gallahue, D. L. and Ozmun, J. C.* : Understanding motor development, Third edition, 1995.
- 38- *Haywood, K. M.* : Life span motor development, second edition, Human kinetics, 1993
- 39- *Huetting, C.* : physical education for children, concepts into practice, 1987
- 40- *Kent, M.* : Oxford dictionary of sports science and medicine, second edition, 1998.
- 41- *Kerr, R.* : Psychomotor learning, Saunders college publishing, 1982.
- 42- *Knudson, D. V. and Morrison, C. S.* : Qualitative analysis of human movement, Human kinetics, 1997.
- 43- *Lanie, A. D. and Karen, M.* : The effect of an individualized motor skill development program on children's motor performance, Research Quarterly for Exercise and sport, Vol. 69. No. 1, March 1998.

- 44- *Lexicon Universal encyclopedia* : Part 7/E, 1988.
- 45- *Magill, R. A.* : Motor learning, Concepts and applications, fifth edition, McGraw-Hill, 1998.
- 46- *Manahan, J. E.* : Formulation of the motor plan, Sport Discus, 1975-1999/03.
- 47- *Marteniuk, R. G.* : Information processing in motor skill, Holt-Rinehart and winston, INC., 1976
- 48- *Martens, R.* : Successful coaching, second edition, Human kinetics, 1997
- 49- *Pestolesi, R. A.* : Introduction to physical education, Contemporary careers approach second, 1990.
- 50- *Posner, M. I.* : Characteristics of visual and kinesthetic memory codes, Journal of experimental psychology, Vol. 75, pp. 103-107, 1967.
- 51- *Reeve, T. G. and Magill, R. A.* : Role of the components of knowledge of results information in error correction, Research Quarterly for Exercise, Vol. 52, No.1, pp. 80-85, March 1981.
- 52- *Rink, J. E.* : Teaching physical education for learning, (Mc. Graw-Hill, 1998)
- 53- *Sarafina, E. P.* : Principles of behavior change, John Wiley and Sons, Inc. 1996
- 54- *Schmidt, R. A.* : Motor Control and learning, Second edition, Human kinetics publishers, Inc. 1988.

- 55- *Sherrill, C.* : Adapted physical activity, Recreation and sport, Mc. Graw-Hill 1998
- 56- *Singer, R. N.* : Motor learning and human performance, Macmillan publishing co.INC., 1980.
- 57- *Singer, R. N.* : The learning of motor skills, Macmillan publishing Co., Inc., 1982
- 58- *Southard, D. and Higgns, T.* : Changing Movement patterns, effects of demonstration and practice, Research Quarterly for Exercise and sport, Vol. 58, No.1, pp.77-80, 1987.
- 59- *Sport Discus* : (1975-1999)/03
- 60- *Vescovi, J. and Vedelli, J.* : Effects of constant and variable practice an transfer to a noval task, Research Quarterly for Exercise and sport, Vol.69, No.1, pp.A/70-72, March 1998.